

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Рабочая программа дисциплины

Б 1.В.09 Прикладная физическая культура

Направление подготовки: 38.03.02 Менеджмент

Профиль подготовки: Управленческий и финансовый учет

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Б 1.В.09 Прикладной физической культуры» являются:

- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- воспитание потребности в физическом самосовершенствовании и самовоспитании;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.
- понимание роли физической культуры в развитие личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знание научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Б.1.В.09 Прикладная физическая культура» относится к вариативной части. Требования к предшествующим знаниям представлены в таблице 2.1. Перечень дисциплин, для которых дисциплина «Б.1. В.09 Прикладная физическая культура» является основополагающей, представлена в таблице 2.2

Таблица 2.1. Требования к пререквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Физическая культура	Программа среднего (полного) общего образования.

Таблица 2.2. Требования к постреквизитам дисциплины

Дисциплина	Раздел
Психология	Психическая регуляция поведения

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Таблица 3.1 – Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине и планируемых результатов освоения образовательной программы

Индекс и содержание компетенции	Знания	Умения	Навыки и (или) опыт деятельности
(ОК-7) способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Этап 1 -знать основные положения о физической культуре в общекультурной и профессиональной подготовки студентов, о социально – биологических основах физической культуры, об основах здорового образа и стиля жизни. Этап 2- знать об оздоровительных системах, о профессионально-прикладной физической подготовке студентов, об общедоступном и профессиональном спорте.	Этап 1- уметь применять систему знаний практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств. Этап 2-уметь применять различные виды физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях.	Этап 1 – владеть практическими навыками основ физической культуры. Этап 2 -владеть практическими методами основ физической культуры.

4. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Б.1. В.09 Прикладная физическая культура» составляет 328 академических часа, распределение объема дисциплины на контактную работу обучающихся с преподавателем (КР) и на самостоятельную работу обучающихся (СР) по видам учебных занятий и по периодам обучения представлено в таблице 4.1.

Таблица 4.1 Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и по периодам обучения, академические часы

№ п/ п	Вид учебных занятий	Итого КР	Итого СР	Семестр № 3		Семестр №4		Семестр №5		Семестр №6		Семестр №7		Семестр №8	
				КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР	КР	СР
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Лекции (Л)														
2	Лабораторные работы (ЛР)														
3	Практические занятия (ПЗ)	3 1 8		54		54		52		52		52		56	
4	Семинары (С)														
5	Курсовое проектирование (КП)														
6	Рефераты (Р)														
7	Эссе (Э)														
8	Индивидуальные домашние задания (ИДЗ)														
9	Самостоятельное изучение вопросов (СИБ)														
10	Подготовка к занятиям (ПкЗ)														
11	Промежуточная аттестация	1 0						2		2		2		2	
12	Наименование вида промежуточной аттестации							зачет		зачет		зачет		зачет	
13	Всего	3 2 8		54		54		54		54		54		58	

5. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины представлена в таблице 5.1

Таблица 5.1 – Структура дисциплины

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние задания	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.	Раздел 1 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	3			28								ОК -7
1.1.	Тема 1-6 Легкая атлетика	3			12								ОК -7
1.2.	Тема 7-10 Волейбол	3			8								ОК -7
1.3.	Тема 11-14 Баскетбол	3			8								ОК -7
2.	Раздел 2 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	3			26								ОК -7
2.1.	Тема 15-18 Футбол	3			8								ОК -7
2.2.	Тема 19-22 Гимнастика	3			8								ОК -7
2.3.	Тема 23-27 Легкая атлетика	3			10								ОК -7
3.	Объем дисциплины в семестре	3			54								ОК -7
4.	Раздел 3 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	4			28								ОК -7
4.1.	Тема 28-33 Лыжная подготовка	4			12								ОК -7
4.3.	Тема 34-35 О.Ф. П.	4			4								ОК -7
4.4.	Тема 36-38 Гимнастика	4			6								ОК -7
4.5.	Тема 39-41 Футбол	4			6								ОК -7
5.	Раздел 4 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	4			26								ОК -7
5.1.	Тема 42-45 Баскетбол	4			8								ОК -7
5.2.	Тема 46-49 Волейбол	4			8								ОК -7
5.3.	Тема 50-54 Легкая атлетика	4			10								ОК -7

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирование	рефераты (эссе)	индивидуальные домашние	самостоятельное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточная аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
6.	Объем дисциплины в семестре	4			54								ОК -7
7.	Раздел 5 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	5			26								ОК -7
7.1	Тема 55-59 Легкая атлетика	5			10								ОК -7
7.2	Тема 60-63 Волейбол	5			8								ОК -7
7.3.	Тема 64-67 Баскетбол	5			8								ОК -7
8.	Раздел 6 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	5			26								ОК -7
8.1.	Тема 68-72 Футбол	5			10								ОК -7
8.2.	Тема 73-76 Гимнастика	5			8								ОК -7
8.3.	Тема 77-80 О.Ф.П.	5			8								ОК -7
9.	Объем дисциплины в семестре	5			52							2	ОК -7
10.	Раздел 7 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	6			26								ОК -7
10.1.	Тема 81-85 Лыжная подготовка	6			10								ОК -7
10.2	Тема 86-89 Волейбол	6			8								ОК -7
10.3.	Тема 90-93 Баскетбол	6			8								ОК -7
11.	Раздел 8 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	6			26								ОК -7
11.1	Тема 94-96 Лыжная подготовка	6			6								ОК -7
11.2.	Тема 97-99 Футбол	6			6								ОК -7
11.3.	Тема 100-102 Гимнастика	6			6								ОК -7
11.4.	Тема 103-106 О.Ф.П.	6			8								ОК -7
12.	Объем дисциплины в семестре	6			52							2	ОК -7

№ п/п	Наименования разделов и тем	Семестр	Объем работы по видам учебных занятий, академические часы										Коды формируемых
			лекции	лабораторная работа	практические занятия	семинары	курсовое проектирован ие	рефераты (эссе)	индивидуаль ные домашние задания	самостоятель ное изучение вопросов	подготовка к занятиям	промежуточн ая аттестация	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
13.	Раздел 9 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	7			32								ОК -7
13.1	Тема 107-110 О.Ф.П.	7			8								ОК -7
13.2	Тема 111-114 Волейбол	7			8								ОК -7
13.3	Тема 115-118 Баскетбол	7			8								ОК -7
13.4	Тема 119-122 Гимнастика	7			8								ОК -7
14.	Раздел 10 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	7			20								ОК -7
14.1	Тема 123-127 Волейбол	7			10								ОК -7
14.2	Тема 128-132 Гимнастика	7			10								ОК -7
15.	Объем дисциплины в семестре	7			52							2	ОК -7
16.	Раздел 11 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	8			28								ОК -7
16.1	Тема 133-138 Лыжная подготовка	8			12								ОК -7
16.2	Тема 139-142 О.Ф.П.	8			8								ОК -7
16.3	Тема 143-146 Гимнастика	8			8								ОК -7
17.	Раздел 12 Физкультурное образование с профессиональной направленностью.	8			28								ОК -7
17.1	Тема 147-150 Баскетбол	8			8								ОК -7
17.2	Тема 151-154 Волейбол	8			8								ОК -7
17.3	Тема 155-160 Легкая атлетика	8			12								ОК -7
18	Объем дисциплины в семестре	8			56							2	ОК -7
19.	Всего по дисциплине				320							8	ОК -7

5. 2. Структура и содержание дисциплины

5.2.1- Темы лекций (не предусмотрены учебным планом)

5.2.2- Темы лабораторных работ (не предусмотрены учебным планом)

5.2.3- Темы практических занятий

№ п.п.	Наименование темы занятий	Объем, Академические часы
3 семестр		
ПЗ - 1	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 2	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 3	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 4	Легкая атлетика.	2
ПЗ - 5	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 6	Легкая атлетика.	2
ПЗ – 7	Волейбол.	2
ПЗ – 8	Волейбол.	2
ПЗ – 9	Волейбол.	2
ПЗ - 10	Волейбол.	2
ПЗ – 11	Баскетбол	2
ПЗ – 12	Баскетбол	2
ПЗ – 13	Баскетбол	2
ПЗ - 14	Баскетбол	2
ПЗ -15	Футбол	2
ПЗ -16	Футбол	2
ПЗ -17	Футбол	2
ПЗ -18	Футбол	2
ПЗ -19	Гимнастика	2
ПЗ -20	Гимнастика	2
ПЗ -21	Гимнастика	2
ПЗ -22	Гимнастика	2
ПЗ -23	Легкая атлетика	2
ПЗ -24	Легкая атлетика	2
ПЗ -25	Легкая атлетика	2
ПЗ -26	Легкая атлетика	2
ПЗ -27	Легкая атлетика	2

4 семестр		
ПЗ -28	Лыжная подготовка	2
ПЗ -29	Лыжная подготовка	2
ПЗ -30	Лыжная подготовка	2
ПЗ -31	Лыжная подготовка	2
ПЗ -32	Лыжная подготовка	2
ПЗ -33	Лыжная подготовка	2
ПЗ -34	О.Ф.П. (общая физическая подготовка)	2
ПЗ -35	О.Ф.П.	2
ПЗ -36	Гимнастика	2
ПЗ -37	Гимнастика	2
ПЗ -38	Гимнастика	2
ПЗ -39	Футбол	2
ПЗ -40	Футбол	2
ПЗ -41	Футбол	2
ПЗ -42	Баскетбол	2
ПЗ -43	Баскетбол	2
ПЗ -44	Баскетбол	2
ПЗ -45	Баскетбол	2
ПЗ -46	Волейбол.	2
ПЗ -47	Волейбол.	2
ПЗ -48	Волейбол.	2
ПЗ -49	Волейбол.	2
ПЗ -50	Легкая атлетика	2
ПЗ -51	Легкая атлетика	2
ПЗ -52	Легкая атлетика	2
ПЗ -53	Легкая атлетика	2
ПЗ -54	Легкая атлетика	2
5 семестр		
ПЗ -55	Легкая атлетика	2
ПЗ -56	Легкая атлетика	2
ПЗ -57	Легкая атлетика	2
ПЗ -58	Легкая атлетика	2
ПЗ -59	Легкая атлетика	2
ПЗ -60	Волейбол.	2

ПЗ -61	Волейбол.	2
ПЗ -62	Волейбол.	2
ПЗ -63	Волейбол.	2
ПЗ -64	Баскетбол	2
ПЗ -65	Баскетбол	2
ПЗ -66	Баскетбол	2
ПЗ -67	Баскетбол	2
ПЗ -68	Футбол	2
ПЗ -69	Футбол	2
ПЗ -70	Футбол	2
ПЗ -71	Футбол	2
ПЗ -72	Футбол	2
ПЗ -73	Гимнастика	2
ПЗ -74	Гимнастика	2
ПЗ -75	Гимнастика	2
ПЗ -76	Гимнастика	2
ПЗ -77	О.Ф.П.	2
ПЗ -78	О.Ф.П.	2
ПЗ -79	О.Ф.П.	2
ПЗ -80	О.Ф.П.	2
6 семестр		
ПЗ -81	Лыжная подготовка	2
ПЗ -82	Лыжная подготовка	2
ПЗ -83	Лыжная подготовка	2
ПЗ -84	Лыжная подготовка	2
ПЗ -85	Лыжная подготовка	2
ПЗ -86	Волейбол.	2
ПЗ -87	Волейбол.	2
ПЗ -88	Волейбол.	2
ПЗ -89	Волейбол.	2
ПЗ -90	Баскетбол	2
ПЗ -91	Баскетбол	2
ПЗ -92	Баскетбол	2
ПЗ -93	Баскетбол	2
ПЗ -94	Лыжная подготовка	2

ПЗ -95	Лыжная подготовка	2
ПЗ -96	Лыжная подготовка	2
ПЗ -97	Футбол	2
ПЗ -98	Футбол	2
ПЗ -99	Футбол	2
ПЗ -100	Гимнастика	2
ПЗ -101	Гимнастика	2
ПЗ -102	Гимнастика	2
ПЗ -103	О.Ф.П.	2
ПЗ -104	О.Ф.П.	2
ПЗ -105	О.Ф.П.	2
ПЗ -106	О.Ф.П.	2
7 семестр		
ПЗ -107	О.Ф.П.	2
ПЗ -108	О.Ф.П.	2
ПЗ -109	О.Ф.П.	2
ПЗ -110	О.Ф.П.	2
ПЗ -111	Волейбол.	2
ПЗ -112	Волейбол.	2
ПЗ -113	Волейбол.	2
ПЗ -114	Волейбол.	2
ПЗ- 115	Баскетбол	2
ПЗ -116	Баскетбол	2
ПЗ -117	Баскетбол	2
ПЗ -118	Баскетбол	2
ПЗ -119	Гимнастика	2
ПЗ -120	Гимнастика	2
ПЗ -121	Гимнастика	2
ПЗ -122	Гимнастика	2
ПЗ -123	Волейбол.	2
ПЗ -124	Волейбол.	2
ПЗ -125	Волейбол.	2
ПЗ -126	Волейбол.	2
ПЗ -127	Волейбол.	2
ПЗ -128	Гимнастика	2

ПЗ -129	Гимнастика	2
ПЗ -130	Гимнастика	2
ПЗ -131	Гимнастика	2
ПЗ -132	Гимнастика	2
8 семестр		
ПЗ -133	Лыжная подготовка	2
ПЗ -134	Лыжная подготовка	2
ПЗ -135	Лыжная подготовка	2
ПЗ -136	Лыжная подготовка	2
ПЗ -137	Лыжная подготовка	2
ПЗ -138	Лыжная подготовка	2
ПЗ -139	О.Ф.П.	2
ПЗ -140	О.Ф.П.	2
ПЗ -141	О.Ф.П.	2
ПЗ -142	О.Ф.П.	2
ПЗ -143	Гимнастика	2
ПЗ -144	Гимнастика	2
ПЗ -145	Гимнастика	2
ПЗ -146	Гимнастика	2
ПЗ -147	Баскетбол	2
ПЗ -148	Баскетбол	2
ПЗ -149	Баскетбол	2
ПЗ -150	Баскетбол	2
ПЗ -151	Волейбол.	2
ПЗ -152	Волейбол.	2
ПЗ -153	Волейбол.	2
ПЗ -154	Волейбол.	2
ПЗ -155	Легкая атлетика	2
ПЗ -156	Легкая атлетика	2
ПЗ -157	Легкая атлетика	2
ПЗ -158	Легкая атлетика	2
ПЗ -159	Легкая атлетика	2
ПЗ -160	Легкая атлетика	2
Промежуточная аттестация		8
Итого по дисциплине		320

- 5.2.4- Темы семинарских занятий (не предусмотрены учебным планом)**
- 5.2.5- Курсовых работ (проектов) (не предусмотрены планом)**
- 5.2.6- Темы рефератов (не предусмотрены)**
- 5.2.7- Темы эссе (не предусмотрены)**
- 5.2.8- Темы индивидуальных домашних заданий (не предусмотрены)**
- 5.2.9- Вопросы для самостоятельного изучения (не предусмотрены)**

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Малютина М.В. Физическая культура студентов в вузе [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие \М.В.Малютина, В.И.Соболева, О.В.Загородняя, С.С.Загородний. – Оренбург: Издательский центр ОГАУ, 2016. – 84 с. ЭБС «Книгафонд»
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] Учебник для вузов физической культуры. Л.П.Матвеев – Москва: Советский спорт, 2010.-340 с. ЭБС «Книгафонд»

6.2 Дополнительная литература, необходимая для освоения дисциплины

1. Мироненко Е.Н. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник/Е.Н.Мироненко О..Л.Трещева Е.Б.Штучная, А.И.Муллер. - Москва :ИНТУИТ,2011.-197с. ЭБС «Книгафонд»
2. Балахничев В.В. Бегай, прыгай, метай [Электронный ресурс] Руководство по обучению легкой атлетике / В.В.Балахничев, В.Б.Зеличенка.- Москва; Человек.2011.-340 с. ЭБС «Книгафонд»
3. Серов Л.К. Профессиональный отбор в спорте [Электронный ресурс] Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры /Л.К.Серов. – Москва: Человек 2011.-160 с. ЭБС «Книгафонд»
4. Брискин Ю.А. Адаптивный спорт [Электронный ресурс]: Ю.А.Брискин, С.П.Евсеев, А.В. Передеркин. – Москва: Советский спорт, 2010.-315 с. ЭБС «Книгафонд»

6.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины и другие материалы к занятиям

Электронное учебное пособие включающее:
- методические указания по выполнению практических работ.

6. 4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся не предусмотрена.

6. 5 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Open Office
2. JoliTest (JTRun, JTEditor, TestRun)

6. 6 Перечень ресурсов информационных телекоммуникационной сети, «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://www.knigafund.ru/> - ЭБС
2. <http://e.lanbook.com/> - ЭБС
3. <http://rucont.ru/> - ЭБС
4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - ЭБС
5. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека (РГБ)
6. <http://www.edu.ru/> - федеральный портал российского образования.

Нормативные материалы по образованию, учебно-методические материалы и ресурсы по всем направлениям, специальностям.

7. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

8. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Занятия практического типа проводятся в легкоатлетическом манеже, оборудованном беговой дорожкой, футбольной и волейбольной площадками, ковром для борьбы, тренажерами, а так же в спортивном зале, оборудованном баскетбольной и волейбольной площадками, и в зале ритмической гимнастики, оборудованном зеркальной стенкой и ковром.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в Приложении 1.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 12 января 2016 г. № 7

Разработал

Н.А. Дудкин